



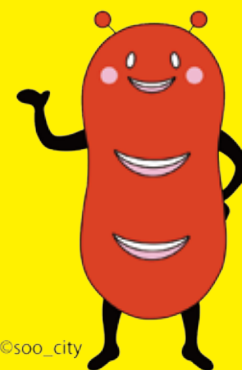
# わが家の防災メモ

あらかじめ記入し、家族みんながわかるところに置いておきましょう。

緊急時は落ち着いて！

火事・救急 → 119番

- ①火事か、救急かを伝える。
- ②自分の名前と住所を伝える。  
住所がわからなければ、  
目印となる建物を伝える。
- ③何が燃えているのか、傷病者はどんな  
状態なのかを伝える。
- ④安全な場所で救急車・消防車を待つ。
- ⑤AED が使える状態か判断する。



©soo\_city

## 緊急連絡先

| 連絡先    | 電話番号 | 連絡先      | 電話番号 |
|--------|------|----------|------|
| 消防署・分署 |      | 電力会社     |      |
| 警察署    |      | かかりつけの病院 |      |
| ガス会社   |      |          |      |
|        |      |          |      |

## 家族の連絡先

| 家族の名前 | 連絡先(勤務先・学校など) | 電話番号 | 携帯電話番号 |
|-------|---------------|------|--------|
|       |               |      |        |
|       |               |      |        |
|       |               |      |        |
|       |               |      |        |
|       |               |      |        |

## 親戚・知人の連絡先

| 名 前 | 電話番号 | 携帯電話番号 | メモ |
|-----|------|--------|----|
|     |      |        |    |
|     |      |        |    |
|     |      |        |    |
|     |      |        |    |

## 家族のデータ

| 名 前 | 生年月日 | 血液型 | アレルギー | 持病 | 常備薬 |
|-----|------|-----|-------|----|-----|
|     |      |     |       |    |     |
|     |      |     |       |    |     |
|     |      |     |       |    |     |
|     |      |     |       |    |     |
|     |      |     |       |    |     |

## 避難所



| 指定避難所 | 家族が離れ離れになったときの集合場所 |
|-------|--------------------|
|       |                    |